



دانشگاه علوم پزشکی و خدمات بهداشتی درمانی قزوین

دانشکده پرستاری و مامایی

پایان نامه کارشناسی ارشد

مشاوره درمانایی

عنوان:

بررسی تاثیر آموزش مبتنی بر مدل اعتقاد بهداشتی بر سبک زندگی ارتقا دهنده های سلامت زنان در سنین باروری

استاد راهنما

سرکار خانم مریم طاهرپور

استاد مشاور

آقای دکتر کاظم حسین زاده

استاد آمار

جناب آقای مهدی رنجبران

نگارنده

فاطمه مداحی

## چکیده

**مقدمه:** زنان محور سلامت خانواده محسوب میگردند و الگوی اصلی آموزش و ترویج شیوه زندگی سالم به نسل بعدی میباشند، عدم توجه به سلامت زنان میتواند به مشکلات دائمی در سبک زندگی و سلامت نسل های آینده منجر شود. برنامه های آموزش بهداشت به مقدار زیادی به استفاده صحیح از الگو ها و تئوری ها بستگی دارد، لذا امروزه استفاده از تئوری ها برای متخصصان آموزش بهداشت و ارتقای سلامت امری ضروری است. هدف از انجام مطالعه حاضر تعیین تاثیر آموزش براساس مدل اعتقاد بهداشتی بر سبک زندگی ارتقا دهنده سلامت در زنان سنین باروری است.

**روش کار :** این مطالعه از نوع کارآزمایی بالینی در عرصه با گروه شاهد در میان ۱۰۰ نفر از زنان سنین باروری شهرستان بوبین زهرا ۵۰ نفر در گروه آزمون و ۵۰ نفر در گروه کنترل انجام شد. ابزار گردآوری اطلاعات، پرسشنامه محقق ساخته بر اساس الگوی اعتقاد بهداشتی و پرسشنامه ۵۲ سوالی سبک ارتقا دهنده سلامت پندار بود. به دلیل شیوع کرونا، تمامی اطلاعات نمونه پژوهشی با رعایت اصول بهداشتی بصورت حضوری و نیز با تماس تلفنی جمع آوری شد. برای گروه مداخله ۴ جلسه آموزشی ۶۰ دقیقه ای پیرامون رفتارهای ارتقا دهنده سلامت برگزار گردید. داده ها با نرم افزار SPSS نسخه ۲۱ و آزمون های آماری کای اسکور، من ویتنی، t زوجی، t مستقل و آنالیز کوواریانس با سطح معنی داری ۵ درصد، تحلیل شدند.

**یافته ها:** میانگین و انحراف معیار تعداد اعضای خانواده در گروه آزمون و کنترل به ترتیب  $1/32 \pm 3/42$  و  $1/44 \pm 3/55$ ، تعداد فرزندان هم  $1/32 \pm 1/19$  و  $1/33 \pm 1/19$  بود. میانگین سطح سواد شرکت کنندگان در هر دو گروه دیپلم (۰/۴۵) و شغل اکثریت در هر دو گروه خانه دار بود (۰/۸۰). تفاوت آماری معنی داری در میانگین نمرات سازه های مدل اعتقاد بهداشتی و رفتارهای ارتقا دهنده سبک زندگی در دو گروه آزمون و کنترل در مرحله قبل مداخله مشاهده نشد. اما بعد از انجام مداخله تفاوت آماری معنی داری در میانگین گروه آزمون و کنترل از نظر سازه های مدل شامل آگاهی، حساسیت، شدت، منافع، موانع، راهنمای عمل و خودکارآمدی و شش حیطه رفتارهای ارتقا دهنده سبک زندگی مشاهده شد ( $p < 0/05$ ). میانگین و انحراف معیار قبل و بعد سازه ها در گروه مداخله برای پارامترهای آگاهی ( $2/56 \pm 2/74$  در مقابل  $0/62 \pm 7/79$ )، حساسیت درک شده ( $8/63 \pm 36$  در مقابل  $7/52 \pm 29/28$ ) و منافع درک شده ( $5/20 \pm 13/87$  در مقابل  $3/31 \pm 19/17$ )، شدت

درک شده (۴/۶۷ ± ۱۳/۹۴ در مقابل ۳/۳۴ ± ۱۹/۰۰)، موانع درک شده (۵/۰۶ ± ۲۲/۶۰ در مقابل ۵/۰۷ ± ۷/۹۶)، راهنمای عمل (۵/۳۹ ± ۱۴/۲۸ در مقابل ۴/۹۷ ± ۱۷/۵۳)، خودکارآمدی (۵/۴۸ ± ۱۹/۰۶ در مقابل ۳/۸۹ ± ۲۳/۰۰) بود.

## **Abstract:**

### **Background:**

Lack of attention to women's health can lead to permanent problems in the lifestyle and health of future generations. Health education programs depend largely on the correct use of models and theories, so today the use of theories is essential for health education professionals and health promotion. The aim of this study was to determine the effect of education based on the health belief model (HBM) on health-promoting lifestyle in women of childbearing age.

### **Method:**

This controlled clinical trial study was conducted among 100 women of reproductive age in Buin-Zahra, Qazvin Province, Iran. Data collection tools included the health promoting lifestyle profile (HPLP) and a researcher-made questionnaire. Due to the epidemic of COVID-19, all research sample information was collected by telephone in accordance with hygiene principles. For the intervention group, we held four 60-minute training sessions on health-promoting behaviors. Data were analyzed using SPSS-21 and Chi-square, Mann-Whitney, paired t-test, independent t-test and analysis of covariance.

### **Results:**

There was no statistically significant difference in the mean scores of HBM constructs and lifestyle-promoting behaviors between experimental and control group before intervention stage ( $p > 0.05$ ). But after the intervention, a statistically significant difference was observed in the mean of the experimental and control groups in terms of model constructs including knowledge, sensitivity, severity, benefits, barriers, practice guide and self-efficacy and six domains of lifestyle-enhancing behaviors ( $p < 0.05$ ).

### **Conclusion:**

Education based on the HBM is effective in increasing the lifestyle-promoting behaviors of women of reproductive age and therefore the use of this health education model to promote healthy lifestyle behaviors in target women is recommended.

### **Keywords:**

Women of childbearing age, lifestyle-promoting behaviors, educational model of health belief



**Qazvin University of Medical Sciences**

**School of Nursing & Midwifery**

Master Thesis Of Midwifery Counseling

***Title: The effect of education based on health belief model on health promoting  
lifestyle of women of reproductive age***

Supervisor:

*Maryam Taherpour*

*Advisors:*

Dr. Kazem Hosseinzadeh

Dr. , Mehdi Ranjbaran

***By: Fateme Maddahi***

***2021***